

Cách Chọn Sự Săn Sóc trong Nhà Tập Thể Người Lớn hoặc trong Nhà Trọ

Phải chăng quý vị đang tìm nơi săn sóc dài hạn cho chính mình, hay cho một người khác? Tập sô liệu này giúp để tham khảo nhanh chóng về cách tìm và chọn nhà tập thể người lớn hoặc nhà trọ.



AGING AND DISABILITY SERVICES ADMINISTRATION

Washington State Department of Social and Health Services

Phải chăng quý vị đang tìm nơi săn sóc dài hạn cho chính mình, hay cho một người khác? Có nhiều điều khác nhau để quý vị và người thân của quý vị bàn thảo và chọn lựa, các dịch vụ hiện có và các điều khoản mới. Tập sơ liệu này cống hiến một vài bước tiến và câu hỏi để đặt ra hầu **giúp quý vị có được tin tức quý vị cần** để biết một nhà tập thể người lớn hoặc một nhà trọ nào đó có phải là nơi lựa chọn thích hợp cho quý vị hay không.



Ngày nay, số người cần được săn sóc gia tăng đang tìm hiểu khả năng vào ở trong một nhà tập thể người lớn hay nhà trọ càng ngày càng nhiều hơn. Đối với nhiều người, các nơi cư trú có săn sóc này cho họ được yên tâm là nhu cầu săn sóc của họ có sẵn đó.

Nhà tập thể người lớn (AFH) là một nhà cư trú thông thường có giấy phép được chăm sóc đến tối đa là sáu người. AFH có thể được điều hành do một gia đình có con nhỏ, một người độc thân, hoặc hai vợ chồng. AFH cũng có thể thuê các nhân viên khác. Một vài AFH cho phép được nuôi súc vật trong nhà. Trong một vài gia đình có thể có những người nói những ngôn ngữ khác nhau.

Nhà trọ (BH) là một cơ sở trong cộng đồng có giấy phép được chăm sóc cho bảy người hoặc hơn. BH có thể khác nhau về kích thước và chủ quyền từ một cơ sở có 7 giường do gia đình điều hành đến một cơ sở có 150 giường do một công ty lớn của quốc gia điều hành.

Tất cả các AFH và BH đều cung cấp nhà ở và các bữa ăn (ăn và ở) và chịu trách nhiệm tổng quát về an toàn và sự chăm sóc của người cư trú. Các dịch vụ bổ sung cung cấp đều khác nhau tùy theo từng nhà và có thể bao gồm mức độ trợ giúp khác nhau về chăm sóc cá nhân, chăm sóc điều dưỡng không liên tục (có y tá làm việc bán thời gian “part-time”), và/hoặc trợ giúp hoặc chăm sóc thuốc men. Có một số AFH và BH cung cấp việc chăm sóc chuyên biệt cho những người bị tật bẩm sinh, mất trí, hoặc bị bệnh tâm thần.

Tài liệu này vạch ra sáu bước tiến giúp quý vị đạt được các tin tức cần có để quyết định một nhà tập thể người lớn hoặc nhà trọ nào đó có phải là nơi lựa chọn thích hợp cho quý vị hay không.

Sáu bước tiến để quyết định về việc săn sóc dài hạn:

Bước thứ 1:
Bàn Về Những Thay Đổi Đời Sống

Bước thứ 2:
Xét Lại Các Nhu Cầu

Bước thứ 3:
Lấy Tin Tức Quý Vị Cần

Bước thứ 4:
Lấy Danh Sách Các Nhà tập thể người lớn và Nhà Trọ

Bước thứ 5:
Sắp Xếp Việc Thăm Viếng

Bước thứ 6:
Quyết Định

Bước thứ 1: Bàn Về Những Thay Đổi Đời Sống

Bước đầu trong việc lấy quyết định về việc săn sóc dài hạn là mỗi người liên hệ phải vượt qua được sự ngần ngại để bàn về việc này. Nhiều người gạt bỏ chuyện này sang một bên vì họ cảm thấy không thoải mái hoặc không biết phải nói làm sao. Người cần thêm sự săn sóc có thể ngại nhìn nhận là mình cần có sự thay đổi. Người trong nhà có thể khác ý kiến về những gì sẽ xảy ra. Những người thân thương có thể xa nhau vạn dặm.

Trong bất cứ hoàn cảnh nào, sự sợ hãi và khó chịu khiến người ta thiếu chuẩn bị khi có biến cố xảy ra. Cần bàn bạc ngay, đừng đợi biến cố bất ngờ xảy đến rồi mới biết được những gì mà lẽ ra mình cần phải biết từ trước rồi.

Những Gợi Ý Khi Nói Về Các Thay Đổi Cuộc Sống

- Dành ra chút thời gian để nói chuyện khi mọi người đều thảm thoái và sẵn sàng.
- Người cần sự săn sóc và hỗ trợ thêm phải là người giữ vai trò chính trong việc xác định là cần gì và làm sao có được.
- Cho mọi người cơ hội nói hết không ngắt lời, hay chỉ trích.
- Hiểu rằng tình cảm là một phần lớn của cuộc bàn luận này. Hãy **kiên nhẫn** để nghe nói hết những gì cần được phơi bày ra.
- Nên nhớ rằng thông thường thì phải nói

Người sẽ sống trong nhà tập thể người lớn hoặc nhà trọ là người có tiếng nói cuối cùng về cơ sở ấy; ước vọng và sở thích của họ là phần quan trọng nhất trong giai đoạn này.

chuyện vài lần thì mới biết là phải làm gì. Nhiều bước tiến nhỏ còn hơn là một bước nhảy vọt làm cho mọi người bất bình và hoang mang.

- Cho mọi người đủ thời giờ nghiên ngâm tin tức. Nếu giúp người thân thương - nên nhớ là quý vị **góp ý kiến** chứ không phải là quý vị quyết định.

Bước thứ 2: Xét lại các nhu cầu

Xét kỹ xem quý vị (hay người thân) cần sự chăm sóc hoặc hỗ trợ nào. Hãy lập danh sách các nhu cầu y tế, vật chất và xã hội.

Thí dụ:

- Có cần ai giúp đỡ trong việc giặt giũ, nấu nướng hay không?
- Có cần được giúp để đi vào nhà tắm hoặc mặc quần áo không?
- Có cần nhắc uống thuốc đều đặn không?



Bước thứ 3: Đạt được tin tức quý vị cần

Phần lớn việc thâu thập tin tức sơ khởi bắt đầu bằng gọi điện thoại. Có biết bao là nguồn trợ giúp nên cũng khó mà biết là nên bắt đầu từ đâu. Nên biết rằng đây là một thủ tục mất nhiều thời giờ của mọi người. Hãy dự tính cho thích hợp.

Nên Gọi Ai

Có các văn phòng Thông Tin và Hỗ Trợ Người Cao Niên (I&A) trên khắp Tiểu Bang Washington. I&A cung cấp thông tin về các dịch vụ ở địa phương cho người cao niên (người lớn 60 tuổi và hơn) trong cộng đồng. Ban nhân viên của I&A có thể trợ giúp với những việc như dịch vụ nào có thể có và chi phí, tên và địa chỉ của các nhà tập thể người lớn và nhà trọ, cách điền đơn, và cách tìm xem loại trợ cấp gì quý vị có thể được hưởng.

I&A là một phần của Cơ Quan Vùng Phục Vụ Người Già (AAA) tại địa phương quý vị. Để tìm I&A hoặc một văn phòng AAA gần nhất, hãy xem trong niêm giám điện thoại của quý vị những Trang Màu Vàng dưới phần “Senior Citizens Services”. Thông thường, số điện thoại của I&A được liệt kê bên dưới phần văn phòng của AAA. Quý vị có thể lấy số điện thoại và địa chỉ của các văn phòng I&A hoặc AAA ở địa phương trong internet ở địa chỉ www.adsa.dshs.wa.gov/resources/clickmap.htm.

Nếu quý vị nghĩ rằng mình có thể cần tài trợ của tiểu bang (Medicaid) để giúp trả tiền cho các dịch vụ, quý vị hãy liên lạc với văn phòng Dịch Vụ Tại Gia và Cộng Đồng (HCS) ở địa phương quý vị. Hãy gọi cho văn phòng HCS trong vùng của quý vị (có ghi ở bìa sau) để biết số điện thoại của văn phòng HCS ở địa phương quý vị.

Giúp Tìm Dịch Vụ Chăm Sóc Cho Người Cao Niên

Nếu quý vị đang tìm kiếm thông tin và sinh sống ngoài Tiểu Bang Washington, Ban Giúp Tìm Dịch Vụ Chăm Sóc Cho Người Cao Niên là một nguồn trợ giúp tuyệt hảo để nối kết quý vị đến các dịch vụ tại địa phương.

Hãy gọi cho Ban Giúp Tìm Dịch Vụ Chăm Sóc Cho Người Cao Niên ở số 1-800-677-1116. Có dịch vụ thông dịch đầy đủ cho 150 ngôn ngữ khi quý vị gọi. Hoặc, vào xem trong internet ở địa chỉ www.eldercare.gov.



Nhận dịch vụ tại nhà riêng của quý vị

Mặc dù tập sách này chú trọng vào việc dọn đến nhà ở tập thể người lớn hoặc nhà trọ, nhưng có rất nhiều dịch vụ và nguồn trợ giúp có thể giúp một người lớn được nhận sự chăm sóc cần thiết để tiếp tục được ở tại nhà. Bất cứ nguồn trợ giúp nào có ghi dưới phần “Nên Gọi Ai” trong trang 4 cũng đều có thể bàn với quý vị về các dịch vụ có thể nhận tại nhà.

Một tập sách khác của DSHS, *Medicaid and Long Term Care Services for Adults (Medicaid và Các Dịch Vụ Chăm Sóc Dài Hạn Cho Người Lớn)* (DSHS 22-619), có trình bày về nhiều dịch vụ tại nhà hiện có. Hãy xem trang 15 để biết chi tiết về đặt xin sách hoặc xem trong mạng điện toán ở địa chỉ <http://www.adsa.dshs.wa.gov/Library/publications/>.

Bước thứ 4: Lấy Danh Sách Các Nhà Tập Thể Người Lớn và các Nhà Trọ

Có nhiều loại nhà tập thể người lớn và nhà trọ tại Tiểu Bang Washington. Để bắt đầu tìm chỗ ở hợp với quý vị (hoặc người thân của quý vị), hãy chọn vùng địa dư ưa thích và lấy danh sách các nhà trong vùng ấy. Có nhiều nơi giúp lấy danh sách này.

Internet

Trang mạng điện toán của Dịch Vụ Người Già và Tàn Tật

Dành thì giờ
tìm hiểu các
dịch vụ khác
nhau từ những
người đã có
nhiều kinh
nghiệm.

Tiểu Bang Washington có những nguồn trợ giúp tuyệt hảo để tìm ra các nhà tập thể người lớn và nhà trọ trong vùng của quý vị. Những người có thể dùng máy điện toán, hãy vào www.adsa.dshs.wa.gov. Quý vị có thể có ngay một danh sách của tất cả các nhà tập thể người lớn và nhà trọ được sắp thứ tự theo khu bưu chính hoặc hạt của Tiểu Bang Washington.

Danh sách này cho số điện thoại và địa chỉ của các cơ sở tại địa phương muốn tìm kiếm. Nó còn liệt kê các khế ước (nếu có) của cơ sở với Tiểu Bang để săn sóc những người được Tiểu Bang tài trợ.

Nếu ở nhà quý vị không có máy điện toán, quý vị có thể đến dùng máy của thư viện địa phương. Việc tìm kiếm này, bất cứ ai cũng có thể làm được - dù là ở ngoài tiểu bang - miễn là họ vào được Internet. Cho họ địa chỉ mạng lưới điện toán nêu trên và vùng địa dư Tiểu Bang Washington muốn tìm.

Ngoài ra, I&A, AAA, HCS, và thanh tra viên tại địa phương quý vị cũng có thể cung cấp danh sách.

Bước thứ 5: Sắp Xếp Các Cuộc Viếng Thăm

Một khi đã có danh sách của các nhà có thể lựa chọn, quý vị (hoặc người quý vị chỉ định) cần viếng thăm các cơ sở phù hợp với các nhu cầu của quý vị. Điều này rất quan trọng. Vào những lúc khác nhau trong ngày, hãy THĂM càng nhiều cơ sở càng tốt. Mặc dù sắp xếp các buổi viếng thăm này có vẻ mất nhiều

giờ, nhưng về lâu về dài, chấp nhận mất nhiều giờ để có được quyết định tốt nhất, thì cũng xứng đáng. Thăm viếng các cơ sở giúp cho quý vị so sánh được các nơi có thể lựa chọn và cảm nhận rõ ràng nơi nào có thể tìm kiếm.

Thăm dò danh tiếng của mỗi cơ sở mà quý vị đến thăm viếng. Đây là nhiều điều giúp quý vị làm việc ấy.

- Yêu cầu người đại diện của cơ sở quý vị đang thăm:
 - Cho xem báo cáo thanh tra sau cùng của tiểu bang. Báo cáo này cho quý vị thấy nhà này có nguy cơ có vấn đề nào không.
 - (Chỉ riêng cho Nhà Trọ) Cho quý vị một bản sao của mẫu tiết lộ và mẫu này nêu ra các dịch vụ và sự chăm sóc mà nhà trọ đó sẽ cung cấp.
 - Giới thiệu hoặc cho số điện thoại để liên lạc với những người cư trú cũ hoặc thân nhân của họ.
- Muốn biết là trước đây có ai khiếu nại về cơ sở này không, hãy gọi Quản Lý DSHS Địa Phương trong vùng của quý vị. Các Quản Lý Địa Phương có trách nhiệm thanh tra và cấp giấy phép cho các cơ sở này. Để có tên và số điện thoại của các Quản Lý Địa Phương trong khu địa dư của quý vị, hãy gọi ADSA HelpLine số 1-800-422-3263.
- Liên lạc với Thanh Tra Chương Trình Săn Sóc Dài Hạn trong vùng của quý vị. Các đại diện của Thanh Tra Chương Trình Săn Sóc Dài Hạn là những người bênh vực cư trú nhân của các cơ sở săn sóc người lớn. Họ làm việc để giải quyết các vấn đề của riêng từng người cư trú và đem lại những thay đổi ở các cấp địa phương, tiểu bang và toàn quốc để cải tiến sự chăm sóc. Họ có thể là nguồn thông tin tuyệt hảo.

Bước thứ 6: Lập Quyết Định

Bản phôi kiểm sau đây sẽ giúp quý vị đặt câu hỏi và lấy tin tức để quyết định. Đừng ngần ngại đặt hết các câu hỏi quý vị cần để có quyết định hữu hiệu cho quý vị. Mặc dù là có rất nhiều câu hỏi, điều quan trọng nhất phải hỏi là “Nhà tập thể người lớn hoặc nhà trọ này có đáp ứng nhu cầu *của tôi* không?”



Quản Trị, Chi Phí, và Tài Chánh

- Giá biểu căn bản là bao nhiêu (nên lấy chi tiết này trên giấy tờ)?
- Giá biểu này dài thọ các dịch vụ nào?
- Có tính thêm khoản nào vào các giá biểu này không?
- Chính sách trả tiền ra sao?
- Chính sách bồi hoàn ra sao nếu có người dọn ra trước cuối tháng?
- Chính sách tăng giá biểu ra sao?
- Ban quản trị hiện thời đã tại chức được bao lâu?
- Chính sách nhận Medicaid hoặc sau này chuyển qua Medicaid như thế nào?



Nhân Viên

- Có đủ nhân viên để đáp ứng các nhu cầu của tôi không?
- Nhân viên có thay đổi thường không?
- Việc chăm sóc điều dưỡng có được cung cấp ở một mức độ nào đó không (RN, LPN, Phụ Tá Điều Dưỡng)? Bao lâu thì có một lần?
- Ai sẽ giúp tôi về thuốc men nếu tôi cần (thí dụ như nhắc tôi uống thuốc, giúp mở chai thuốc)?
- Có ai có thể chăm sóc việc thuốc men cho tôi nếu tôi không thể tự làm một mình được (thí dụ như bôi thuốc vào da cho tôi, bỏ thuốc vào miệng tôi)?
- Có ai có thể giúp tôi nếu tôi cần sự chăm sóc đặc biệt không (thí dụ như chăm sóc vết thương)?
- Điều gì sẽ xảy ra nếu tôi gặp trường hợp khẩn cấp? Tôi có thể được giúp ngay hay không?
- Nhân viên có ăn mặc phù hợp, dễ coi, và thân thiện không?
- Nhân viên có đối xử với người cư trú một cách lễ độ và tôn trọng nhân phẩm không?
- Nhân viên có đối đãi nhau như những người chuyên nghiệp không?
- Phần nhiều ban nhân viên nói bằng tiếng gì?



Các Dịch Vụ và Sinh Hoạt

- Có dạng giúp đỡ nào về việc chăm sóc cá nhân không (thí dụ như: tắm rửa, thay đồ)?
- Lịch trình chăm sóc cá nhân linh động như thế nào?
- Dịch vụ đưa đón như thế nào, nếu có? (thí dụ như: đi bác sĩ, mua sắm, đi lễ tôn giáo).
- Ban nhân viên sẽ có sắp đặt cho các sinh hoạt không (thí dụ như: đi cắt tóc, nghe hòa nhạc)?
- Cơ sở này hỗ trợ và thích ứng cho các thú tiêu khiển của cá nhân như thế nào?
- Có các sinh hoạt nào đã được hoạch định đều đặn mà tôi sẽ thích không?
- Tôi sẽ có thể đi dự các buổi lễ tôn giáo theo ý của tôi không?
- Tôi có thể mang theo súc vật nuôi trong nhà khi tôi dọn đến không?
- Khi nào thì tôi có thể được có khách đến thăm?



Môi Trường Chung Quanh

- Khi tôi đến, liệu tôi có thích địa điểm và vẻ bên ngoài của cơ sở không?
- Cơ sở này có gần nhà bạn bè và thân nhân không?
- Cơ sở này có ở trên con đường ồn ào không?
- Có cửa hàng, thư viện, công viên hoặc những điểm hấp dẫn khác đi bộ đến được không?
- Cơ sở này có gần với các sinh hoạt mà tôi thích không?
- Cơ sở có gần đường xe bus không?
- Bên ngoài có chỗ để ngồi, đi bộ, hoặc có vườn bông không?



Khung Cảnh Cư Trú

- Cách sắp xếp phòng ốc có dễ đi lại không?
- Cửa ra vào, hành lang, và phòng ốc có thuận tiện cho xe lăn và gậy chống không?
- Có thành vịn trên lối đi và trong phòng tắm không?
- Các kệ và tủ để ly tách có dễ lấy không?
- Có sàn nhà không trơn và thảm cứng để dễ đi không?
- Cơ sở có nhiều ánh sáng thiên nhiên và đèn không?
- Cơ sở có sạch, không có mùi hôi, được sưởi ấm hoặc làm mát không?
- Cơ sở có đủ tiêu chuẩn về sạch sẽ đối với tôi không?
- Cơ sở có gì nguy hiểm trông thấy không?
- Phòng trong cơ sở có sạch sẽ, an toàn và thích ứng với các nhu cầu của tôi không?
- Tôi sẽ được tùy nghi sử dụng các khu vực chung như là nhà bếp, phòng sinh hoạt, nhà vệ sinh, phòng ăn, hoặc sân chơi không?



- Tôi có thể hút thuốc trong phòng của tôi hoặc trong khu vực chung không?
- Các đồ đạc bàn ghế nào được cung cấp sẵn?
- Tôi có thể mang theo một ít đồ đạc bàn ghế của mình hoặc các vật riêng tư khác không?
- Tôi có thể điều chỉnh nhiệt độ trong phòng của tôi không?
- Có chỗ ngồi tắm hoa sen không?
- Tôi có thể được có đường dây điện thoại riêng hoặc hệ thống internet không?
- Các thủ tục trong trường hợp khẩn cấp có được niêm yết rõ ràng không?
- Tôi có thể khóa phòng của mình không và/hoặc có chỗ để khóa giữ các đồ vật riêng quý giá trong mỗi phòng không?

Thực Phẩm

- Thức ăn có ngon, bổ dưỡng, đầy đủ, và cách phục vụ có chu đáo không?
- Nếu tôi không thích các món ăn được phục vụ thì sao?
- Tôi có thể nấu ăn trong phòng của tôi không?
- Có thức ăn vặt không?
- Có giờ ăn nhất định không hoặc giờ ăn có dễ thay đổi không?
- Có tủ lạnh để trữ các đồ ăn riêng của tôi không?
- Cơ sở này sẽ đáp ứng cách ăn uống của tôi hoặc các sở thích ăn uống theo tập quán của tôi không?
- Tôi có thể yêu cầu các món ăn đặc biệt không?



Những Người Cư Trú Khác

- Những người cư trú khác có giao thiệp với nhau không và họ có vẻ vui tươi và thoải mái không?
- Những người cư trú có nói tốt về cơ sở này không?
- Những người cư trú có giống như những người tôi muốn ở chung không?
- Việc thay đổi phòng ở và sự lo ngại về người ở chung phòng sẽ giải quyết như thế nào?
- Có những buổi gặp gỡ nhóm cho người cư trú không?
- Có bất cứ ai trong số những người cư trú có tiền sử hung bạo hoặc có vấn đề khác về hành vi không? Ban nhân viên đã giải quyết các trường hợp này như thế nào?



Một Khi Đã Có Quyết Định

Đặt kế hoạch và thu thập tin tức chưa phải là xong khi quý vị đã quyết định dọn vào một nhà tập thể người lớn hoặc nhà trọ.

Dời nhà là một thay đổi lớn trong cuộc sống. Để giúp cho sự chuyển tiếp được dễ dàng, hãy theo một vài bước tiến đã được ấn định trong phần đầu của sơ liệu này:

1. Bàn kỹ về các thay đổi sẽ cần phải làm;
2. Nhờ nhân viên tại nơi cư trú mới giải đáp về các thắc mắc nếu có;
3. Lấy bất cứ tin tức nào thêm nếu quý vị cần;
4. Lập kế hoạch về những gì cần thực hiện và khi nào.

Dọn vào một nhà tập thể người lớn hoặc nhà trọ có thể có nghĩa là bỏ mất tài sản của cả cuộc đời và lối sống quen thuộc. Một số người được thanh thản và mong cho được ít trách nhiệm hơn trong khi một số khác lại thấy buồn. Đáng náo cung vậy, người dời đổi cần sự hỗ trợ hoàn toàn của gia đình và người thân và phải giữ vai trò chính trong việc xác định chuyện gì xảy ra và khi nào xảy ra.

Sau khi việc dọn nhà đã xong, cần dự trù một thời gian để thích ứng. May mắn lẽ đâu có thể là khó khăn nhất vì phải làm quen với các sự việc mới hàng ngày. Điều quan trọng là phải bàn với người điều hành nhà tập thể người lớn hoặc nhà trọ về bất cứ điều lo ngại hay thắc mắc nào. **Nhớ hỏi những gì quý vị cần.** Nhân viên có thể làm những thay đổi để đáp ứng nhu cầu của quý vị tốt hơn.

Là một người cư trú tại nhà tập thể người lớn hoặc nhà trọ, quý vị cũng có một số quyền hạn của người tiêu thụ được luật pháp bảo đảm. Chủ nhân hoặc nhân viên của nơi cư trú mới phải cho quý vị biết về các quyền hạn này. Nếu không, xin cứ việc hỏi.

Cần Xin Thêm Ấn Bản

Quý vị có thể xin thêm tập tài liệu này và những ấn bản khác của DSHS qua Department of Printing's (DOP) General Store.

Vào website của DOP ở địa chỉ:

www.prt.wa.gov



Quý vị cũng có thể yêu cầu ấn bản bằng cách:

- Email đến địa chỉ fulfillment@prt.wa.gov
- Gọi điện thoại số (360) 586-6360
- Fax đến số (360) 586-6361

Nhớ ghi tên, cũng như số của ấn bản (DSHS 22-xxx), và tên của người liên lạc cùng với địa chỉ gởi thư đối với những yêu cầu nào bằng email, điện thoại, hoặc fax.

Muốn biết thêm chi tiết về . . .

các đề tài cho người chăm sóc và chăm sóc dài hạn hãy vào:

www.adsa.dshs.wa.gov



Để tìm:

- Tập sơ lược và các tập sách miễn phí về đề tài của người chăm sóc và chăm sóc dài hạn
- Chi tiết về Chương Trình Hỗ Trợ Cho Người Chăm Sóc Trong Gia Đình.
- Số điện thoại và địa chỉ của các văn phòng làm việc về người cao niên.
- Danh sách nhà tập thể người lớn, nhà trọ hoặc viện an dưỡng trong hạt.

Tất cả chúng ta đều là những người cộng tác chống ngược đãi người lớn

Ngược đãi người lớn yếu đuối (những người cần được giúp đỡ trong việc tự săn sóc cho mình) có thể xảy ra bất cứ lúc nào, bất cứ nơi đâu. DSHS điều tra các tố cáo về việc ngược đãi, sao lăng, lợi dụng, hoặc bỏ bê người lớn yếu đuối.

Hãy gọi số điện thoại dưới đây để được giúp nếu quý vị hoặc một người nào quý vị quen biết:

- không được chăm sóc đầy đủ
- bị tổn thương về thể xác hoặc tâm thần
- bị lợi dụng tiền bạc bằng bất cứ cách nào

Nếu quý vị tình nghi có sự ngược đãi, sao lăng, hoặc lợi dụng người lớn yếu đuối:

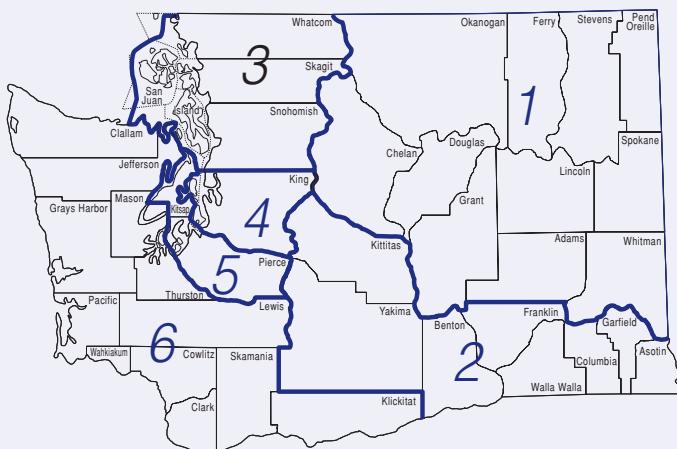
Hãy gọi số miễn phí của DSHS



Bộ Xã Hội và Y Tế chủ trương chính sách không ai bị kỳ thị vì lý do chủng tộc, màu da, quốc tịch gốc, tín ngưỡng, tôn giáo, phái tính, tuổi tác, hoặc tật nguyền.

Số Điện Thoại Vùng của Dịch Vụ Gia Đình và Cộng Đồng

Xem bản đồ để biết vùng quý vị ở. Gọi số điện thoại liệt kê của vùng quý vị
và hỏi để tìm văn phòng HCS địa phương gần nhà quý vị nhất.



Vùng 1: 1-800-459-0421
TTY 509-456-2827

Các hạt Spokane, Grant, Okanogan, Adams, Chelan, Douglas, Lincoln, Ferry, Stevens, Whitman, và Pend Oreille

Vùng 2: 1-800-822-2097
TTY 509-225-4444

Các hạt Yakima, Kittitas, Benton, Franklin, Walla Walla, Columbia, Garfield, và Asotin

Vùng 3: 1-866-608-0836
TTY 360-416-7404

Các hạt Snohomish, Skagit, Island, San Juan, và Whatcom

Vùng 4: 1-800-346-9257
TTY 1-800-833-6384

Hạt King

Vùng 5
Pierce County 1-800-442-5129
TTY 253-593-5471
Kitsap County 1-800-422-7114
TTY 360-478-4928

Vùng 6: 1-800-462-4957
TTY 1-800-672-7091

Các hạt Thurston, Mason, Lewis, Clallam, Jefferson, Grays Harbor, Pacific, Wahkiakum, Cowlitz, Skamania, Klickitat, và Clark



ADSA Aging & Disability
Services Administration

Tập sách này và nhiều ấn bản khác có thể tìm thấy trong website của Aging and Disability Services Administration ở địa chỉ: www.adsa.dshs.wa.gov